

## Quaresima 2019

La Quaresima è per la Chiesa un tempo liturgico assai prezioso e importante perché prepara alla Pasqua, culmine dell'anno liturgico e della vita di ogni cristiano. E' il momento favorevole per compiere <<un cammino di vera conversione >>, così da <<affrontare vittoriosamente con le armi della penitenza il combattimento contro lo spirito del male>> (Colletta del Mercoledì delle Ceneri).

Questo itinerario di 40 giorni, che inizia con il Mercoledì delle Ceneri (quest'anno il 6 marzo) e termina prima della Messa della Cena del Signore, è un tempo di cambiamento interiore e di pentimento in cui il cristiano è chiamato a tornare a Dio con tutto il cuore. Le due costanti, dunque, su cui è imperniato tutto il cammino quaresimale sono il Battesimo e la penitenza.

L'evento pasquale ha il suo cuore nella morte-risurrezione di Gesù e la vita per il credente viene dal credere che il Padre lo ha risuscitato e dall'essere battezzato: immerso nella sua morte e riemerso con lui a vita nuova.

### Messaggio di Papa Francesco per la Quaresima

<<La Chiesa, nostra madre e maestra, ci offre in questo tempo di Quaresima il dolce rimedio della preghiera, dell'elemosina e del digiuno. Dedicando più tempo alla preghiera, permettiamo al nostro cuore di scoprire le menzogne segrete ingannano noi stessi, per cercare finalmente la consolazione in Dio. Egli è nostro Padre e vuole per noi la vita. L'esercizio dell'elemosina ci libera dall'avidità e ci aiuta a scoprire che l'altro è mio fratello: ciò che ho non è mai solo mio. Come vorrei che l'elemosina si tramutasse per tutti in un vero e proprio stile di vita! Come vorrei che in quanto cristiani, seguimmo l'esempio degli Apostoli e vedessimo nella possibilità di condividere con gli altri i nostri beni una testimonianza concreta della comunione che viviamo nella Chiesa. A questo proposito faccio mia l'esortazione di san Paolo, quando invitava i Corinti alla colletta per la comunità di Gerusalemme: "Si tratta di cosa vantaggiosa per voi" (2Cor 8,10). Questo vale in modo speciale nella Quaresima, durante la quale molti organismi raccolgono collette a favore di Chiese e popolazioni in difficoltà. Ma come vorrei che anche i nostri rapporti quotidiani, davanti a ogni fratello che ci chiede un aiuto, noi pensassimo che lì c'è un appello della divina Provvidenza: ogni elemosina è un'occasione per prendere parte alla Provvidenza di Dio verso i suoi figli; e se Egli oggi si serve di me per aiutare un fratello, come domani non provvederà anche alle mie necessità, lui che non si lascia vincere in generosità? Il digiuno, infine, toglie forza alla nostra violenza, ci disarmo, e costituisce un'importante occasione di crescita. Da una parte, ci permette di sperimentare ciò che provano quanti mancano anche dello stretto necessario e conoscono i morsi quotidiani dalla fame; dall'altra, esprime la condizione del nostro spirito, affamato di bontà e assetato della vita di Dio. Il digiuno ci sveglia, ci fa più attenti a Dio e al prossimo, ridesta la volontà di obbedire a Dio che, solo, sazia la nostra fame. Invito i membri della Chiesa a intraprendere con zelo il cammino della Quaresima, sorretti dall'elemosina, dal digiuno e dalla preghiera. Se a volte la carità sembra spegnersi in tanti cuori, essa non lo è nel cuore di Dio! Egli ci dona sempre nuove occasioni affinché possiamo ricominciare ad amare.>>

### Il senso cristiano del digiuno e dell'astinenza

Il digiuno e l'astinenza – insieme alla preghiera, all'elemosina e alle altre opere di carità – appartengono, da sempre, alla vita e alla prassi penitenziale della Chiesa: rispondono, infatti, al bisogno permanente del cristiano di conversione al regno di Dio, di richiesta di perdono per i peccati, di implorazione dell'aiuto divino, di rendimento di grazie e di lode al Padre.

### In che cosa consistono l'astinenza e il digiuno?

Si chiama astinenza il privarsi di mangiare carne (rossa o bianca e i suoi derivati). Sono giorni di astinenza tutti i venerdì dell'anno, sia per il loro richiamo a quel venerdì che culmina nella Pasqua, sia come preparazione alla Comunione eucaristica nell'assemblea domenicale: in tal modo i cristiani manifestano la loro volontà di conversione e il loro impegno di novità di vita. Il digiuno consiste nel fare un solo pasto nella giornata, an delle che se si può mangiare qualcosa di meno del solito alla mattina e alla sera. Salvo in caso di malattia. Sono giorni di digiuno e astinenza il Mercoledì delle Ceneri e il Venerdì Santo. Il digiuno e l'astinenza possono essere sostituiti da altre forme di penitenza, in base a quanto stabilito dalle Conferenze Episcopali dei diversi Paesi.

### Chi è chiamato all'astinenza e al digiuno?

All'astinenza sono tenuti coloro che hanno compiuto il 14° anno di età. Al digiuno sono tenuti tutti i maggiorenni fino al 60° anno iniziato, salvo in caso di malattia.

## **Perché il digiuno?**

L'astenersi dal cibo e dalle bevande ha come fine di introdurre nell'esistenza dell'uomo non solo l'equilibrio necessario, ma anche il distacco da quello che si potrebbe definire atteggiamento consumistico. Tale atteggiamento è diventato, nel nostro tempo, una delle caratteristiche della civiltà occidentale. L'uomo, orientato verso i beni materiali, molto frequentemente abusa di essi. La civiltà si misura allora in base alla quantità e alla qualità delle cose che creano benessere all'uomo e non in base all'uomo in se stesso. Questa civiltà del consumo propone i beni materiali non solo per sviluppare le attività creative e utili, ma anche e sempre di più per soddisfare i sensi, per l'eccitazione che da essi deriva, per un piacere momentaneo, una moltiplicazione di sensazioni ogni volta maggiore. L'uomo contemporaneo, quindi, deve tornare a riscoprire il senso del digiunare, cioè del sapere rinunciare a qualcosa. L'uomo è se stesso solo quando riesce a dirsi dei no. Non è la rinuncia per la rinuncia: bensì per il migliore e più equilibrato sviluppo di se stesso, per vivere meglio i valori superiori, per il dominio di sé.

## **Impegni della comunità parrocchiale**

### **Proposte per la Quaresima**

- Ogni domenica impegnamoci ad essere in Chiesa 10 minuti prima dell'inizio della S. Messa per prepararci con la preghiera e per preparare la celebrazione nel modo migliore; canti, offertorio, preghiere dei fedeli adatte alla nostra Parrocchia, lettori, accoglienza e saluto al termine della Messa per sentirci e far sentire l'appartenenza ad una Comunità.
- Mercoledì 6 marzo: mercoledì delle ceneri e Messa della Quaresima  
Ore 18:00 rito delle ceneri con i ragazzi  
Ore 20:45 S. Messa con le ceneri
- Da giovedì 7 marzo a sabato 8 solenni Quarantore di preghiera davanti a Gesù Eucarestia esposto solennemente in Chiesa.
- Sabato 9 marzo  
Ore 18:00 Assemblea di tutti i parrocchiani della zona pastorale di Trebbo, Castel Maggiore e Funo presso la Parrocchia di Castel Maggiore per una condivisione di un cammino comunitario.
- Tutti i venerdì di Quaresima alle ore 21:00 faremo le stazioni quaresimali nelle varie parrocchie della zona pastorale
- Domenica 17 marzo (II di Quaresima) Festa della Raviola  
Ore 10:00 S. Messa e processione eucaristica per le vie di Trebbo
- Ogni prima domenica del mese raccolta di generi alimentari per la Caritas parrocchiale.
- In Quaresima facciamo una bella confessione
- Domenica 14 aprile domenica delle Palme e della Passione del Signore  
Inizio della Settimana Santa.

**Buona e Santa quaresima a tutti noi!**